



# Colon Polyps

## What You Need to Know

Did you know you can prevent colon and rectal cancer by having your doctor check for and remove colon polyps?

### What are colon polyps?

Colon polyps are extra pieces of tissue that grow on the lining of the colon or rectum, which are parts of the large intestine. The large intestine absorbs water from stool and changes it from a liquid to a solid form.

Over time, some polyps can become cancerous.

### Who gets colon polyps?

Anyone can get polyps; however, you may be more likely to get them if

- you're 50 years of age or older
- you've had polyps before
- someone in your family has had polyps or cancer of the colon or rectum
- you're African American
- you have a disease that causes inflammation or irritation in the intestines
- you have type 2 diabetes
- you have a history of breast, uterine, or ovarian cancer
- you weigh too much
- you eat a lot of fatty foods
- you don't exercise
- you smoke cigarettes or drink alcohol

### Should I be tested for colon polyps?

Most people should begin testing for colon polyps at age 50. African Americans should begin testing at age 45. Your doctor may recommend testing before age 45 or 50 if

- you have symptoms
- someone in your family has had polyps or cancer of the colon or rectum
- you have other factors that increase your chances for developing polyps

### How will I know if I have colon polyps?

Your doctor will take a medical and family history and perform a physical exam to find out if you have colon polyps. He or she will also perform certain tests. Most people with colon polyps don't have symptoms. However, some people do have symptoms, such as

- bleeding from the rectum, which can leave blood on your underwear or on toilet paper after a bowel movement
- blood in your stool, which can make stool look black or can show up as red streaks in your stool
- feeling tired from having fewer red blood cells and a lack of iron in your body, caused by bleeding from colon polyps

### How are colon polyps treated?

Doctors usually remove colon polyps during a colonoscopy—a test used to check for colon polyps. After the doctor removes polyps, he or she sends them for testing to find out if they are cancerous.

If you have colon polyps, your doctor will ask you to have regular testing in the future.





## How can I prevent colon polyps?

While there isn't one sure way to prevent colon polyps, you might be able to lower your chances with

- **eating, diet, and nutrition.** You should try losing weight if you're overweight. Eat more fruits and vegetables, and eat less fatty food, red meat, and processed meat. Talk with your doctor about adding more calcium and vitamin D to your diet.
- **healthy lifestyle choices.** Exercise most days of the week. Don't smoke, and avoid drinking alcohol. Also ask your doctor if you should take aspirin every day to help prevent colon polyps.

## Where can I get more information about colon polyps?

### National Digestive Diseases Information Clearinghouse

2 Information Way

Bethesda, MD 20892-3570

Phone: 1-800-891-5389

TTY: 1-866-569-1162

Fax: 703-738-4929

Email: [niddic@info.niddk.nih.gov](mailto:niddic@info.niddk.nih.gov)

Internet: [www.digestive.niddk.nih.gov](http://www.digestive.niddk.nih.gov)

The National Digestive Diseases Information Clearinghouse is a service of the National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). The NIDDK is part of the National Institutes of Health of the U.S. Department of Health and Human Services.

This publication is not copyrighted. The Clearinghouse encourages people to duplicate and distribute as many copies as desired.

### The NIDDK Awareness and Prevention Series

Materials for Community Health Fairs



The NIDDK designed the Awareness and Prevention Series to make you ask yourself, "Could this be me or someone I care for?" So take a closer look. Additional information on this topic and other titles in the series is available through the National Digestive Diseases Information Clearinghouse or on the Internet at [www.digestive.niddk.nih.gov](http://www.digestive.niddk.nih.gov).



National Institute of  
Diabetes and Digestive  
and Kidney Diseases

NIH Publication No. 14-6188  
June 2014



The NIDDK prints on recycled paper with bio-based ink.



# Pólipos en el colon

## *Lo que usted debe saber*

¿Sabía que puede prevenir el cáncer del colon y recto por tener que su médico lo examine para detectar y extirpar pólipos en el colon?

### ¿Qué son los pólipos en el colon?

Los pólipos en el colon son tejidos adicionales en el revestimiento del colon o recto, los cuales forman parte del intestino grueso. El intestino grueso absorbe agua de las deposiciones y transforma ese líquido en una forma sólida.

Con el tiempo, algunos pólipos pueden convertirse en cancerosos.

### ¿Quiénes se presentan con pólipos en el colon?

Todos pueden presentarse con pólipos; sin embargo, hay más posibilidades de que se los presentaría si

- tiene 50 años de edad o más
- ha tenido pólipos anteriormente
- alguien en su familia ha tenido pólipos o cáncer del colon o recto
- es afroamericano
- tiene una enfermedad que produce inflamación o irritación en el intestino
- tiene diabetes tipo 2
- tiene antecedentes de cáncer de seno, útero u ovario
- tiene exceso de peso
- come muchos alimentos grasos

- no hace ejercicio
- fuma tabaco o bebe alcohol

### ¿Debo realizarme una prueba para detectar pólipos en el colon?

La mayoría de las personas debe comenzar a realizarse pruebas para detectar pólipos en el colon a los 50 años. Los afroamericanos deben comenzar a los 45 años de edad.

Es posible que su médico le recomiende realizarse pruebas antes de los 45 o 50 años si

- tiene síntomas
- alguien en su familia ha tenido pólipos o cáncer del colon o recto
- tiene otros factores que aumentan las posibilidades de desarrollar pólipos

### ¿Cómo sabré si tengo pólipos en el colon?

Su médico analizará sus antecedentes familiares y médicos, y realizará un examen físico para determinar si tiene pólipos en el colon. También realizará algunas pruebas. La mayoría de las personas que tiene pólipos no presenta síntomas. Sin embargo, algunas personas sí presentan síntomas, como

- sangrado del recto que puede manchar con sangre la ropa interior o el papel higiénico después de defecar
- sangre en las deposiciones, que puede hacerse que las deposiciones aparezcan de color negro o que puede mostrarse como líneas rojas en las deposiciones
- cansancio debido a la menor cantidad de glóbulos rojos en la sangre y a la falta de hierro en el organismo, ocasionados por el sangrado de los pólipos en el colon





## ¿Cómo se trata los pólipos en el colon?

Los médicos suelen extirpar los pólipos en el colon mediante una colonoscopia—una prueba utilizada para detectar la presencia de pólipos en el colon. Una vez que el médico haya extirpado los pólipos, los envía a analizar para averiguar si son cancerosos.

Si usted tiene pólipos en el colon, su médico le solicitará que en el futuro se realice pruebas de forma regular.

## ¿Cómo puedo prevenir los pólipos en el colon?

A pesar de que no hay una forma certera de prevenir los pólipos en el colon, podrá disminuir las probabilidades con lo siguiente:

- **alimentación, dieta y nutrición.** Si tiene sobrepeso, debe tratar de disminuirlo. Coma más frutas y verduras, y coma menos comidas grasas y carne roja o procesada. Consulte con su médico sobre la posibilidad de aumentar el calcio y la vitamina D en su dieta.
- **elecciones de estilo de vida saludable.** Haga ejercicio casi todos los días de la semana. No fume y evite beber alcohol. Pregúntele a su médico si debe tomar aspirina diariamente para ayudarlo a evitar el desarrollo de los pólipos en el colon.

## ¿Dónde puedo obtener más información sobre los pólipos en el colon?

### National Digestive Diseases Information Clearinghouse

2 Information Way  
Bethesda, MD 20892-3570  
Teléfono: 1-800-891-5389  
TTY: 1-866-569-1162  
Fax: 703-738-4929  
Correo electrónico: [nddic@info.niddk.nih.gov](mailto:nddic@info.niddk.nih.gov)  
Internet: [www.digestive.niddk.nih.gov](http://www.digestive.niddk.nih.gov)

El National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC) es el Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Digestivas, un servicio del National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). El NIDDK forma parte de los National Institutes of Health, que a su vez dependen del Department of Health and Human Services de los Estados Unidos.

Esta publicación no tiene derechos de autor. El NDDIC otorga su permiso a los usuarios de esta publicación para que pueda ser reproducida y distribuida en cantidades ilimitadas.

The NIDDK Awareness and Prevention Series  
Materials for Community Health Fairs



El NIDDK diseñó la Serie de Conocimiento y la Prevención para que usted se pregunte: “¿Podría tratarse de mí o de alguien que me importa?” Por favor léala con cuidado. Puede obtener más información sobre este tema y otros títulos de la serie a través del National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC) o por Internet en [www.digestive.niddk.nih.gov](http://www.digestive.niddk.nih.gov). También puede encontrar y leer las publicaciones del NDDIC disponibles en español en [www.digestive.niddk.nih.gov/spanish/index\\_sp.aspx](http://www.digestive.niddk.nih.gov/spanish/index_sp.aspx).



National Institute of  
Diabetes and Digestive  
and Kidney Diseases

NIH Publication No. 14-6188S  
Junio 2014



EI NIDDK imprime en papel reciclado con tinta de base biológica.